



給食だより

今月のテーマ **大きくなった体**
 今月の目標 **大きくなった事の大切さを知る。**



令和4年2月28日
 城北アソカ保育園

うんちくんチェック ~目指せ!朝から元気なバナナうんち

『バナナうんち』
 好き嫌いしないでごはんも、野菜もたくさん食べるとでるうんち♪
 たくさんからだを動かして、しっかり眠っている証拠!

『モコモコうんち』
 もしかして、嫌いなものは野菜かな? 緑の野菜も食べて、
 からだをたくさん動かすと、きっと明日はバナナうんち!

『コロコロうんち』
 寝る時間が遅くて好き嫌いが多いのかな?
 早寝・早起き、ご飯もたくさん食べるといいかな! 水分も忘れずに!

『ビチビチうんち』
 からだの調子が悪いのかな? お腹が痛いときや、心配なことがあるの
 かな?

スプーンの持ち方の変化と配慮

年齢	持ち方の変化	手や指の発達	配慮
0歳	上にぞり	親指以外の4本の指と手のひらの間に力を入れてつかめるようになる。	手に持って食べられる物を用意しましょう。
1歳	下にぞり	親指と人差し指でつまめるようになる。	一人で食べようとすする気持ちは大切にあげましょう。
2歳	鉛筆持ち	手つかみやスプーンやフォークでこぼしながらも自分で食べようとする。	1~2歳頃までの間は十分に手づかみ食べの経験をさせてあげましょう。
		スプーンでの食事は、こぼすことが少なくなる。	※スプーンは子どもにあった大きさ、深さ、柄の長さのものを選びましょう。柄が複雑な形をしているものは持ちにくいのでなるべく避けましょう。

今月は年長児のリクエストメニューです

リクエストNo.1: カレー👑

カレーの声が多く、とんかつ、ハヤシライス、グラタンなどがあがりました。
 おやつは1月の誕生日で作ったクマさんカップケーキ、クッキー、アメリカンドッグ、カスタードクリーム和え、フルーツヨーグルト、いもてん、メロンパン風トーストのリクエストとなりました。♪

日	曜	こんだて	おやつ	未満児朝のおやつ
1	火	さかなのホワイトソースかけ になます	カスタードクリームあえ	せんべい
2	水	マーボー豆腐 なたねあえ	アメリカンドッグ	丸ぼうろ
3	木	🎂誕生日会🎂 ちらしずし サラダ テリヤキチキン すましじる いちご	カルピス・クッキー	ビスコ
4	金	👤遠足 お弁当の日 🍡	おかし	チーズ
5	土	やきそば くだもの		
7	月	ぶたじる ごしよくあえ	あべかわ	みかん
8	火	さかなのパンこやき ほうれんそうのスープ	りんごのケーキ	米せんべい
9	水	かぼちゃのそぼろに なつとう	チーズまんじゅう	白い風船
10	木	さかなのみそに ナムル	コーンフレーク・バナナ	ヨーグルト
11	金	すきやきふうに ひじきサラダ	いもてん	ビスケット
12	土	シチュー サラダ パン くだもの		
14	月	タンドリーサーモン カミカミサラダ きのこのポタージュ	おこのみやき	バナナ
15	火	おやこじる あいまぜ	チョコパン	リッツ
16	水	しょうじんりょうり みそしる	フライドポテト	ジャムサンド
17	木	ハヤシライス コールスロー	フルーツヨーグルト	カステラ
18	金	さかなのオーロラソースかけ ナポリタン グラッセ	ぜんざい	卵ボーロ
19	土	まぜごはん みそしる くだもの		
22	火	🌸お別れ会🌸 カツカレー チョレギサラダ ゼリー	チーズケーキ	ベジたべる
23	水	さかなのさいきょうやき すのもの かぼちゃのかかに	ボールドーナツ	かりんとう
24	木	グラタン フレンチサラダ	メロンパントースト	黒棒
25	金	ぶたにくのしょうがやき ポテトサラダ	くまさんマフィン	りんごヨーグルト
26	土	🌸卒園式🌸		
28	月	いりどうふ マカロニサラダ	いちごのムース	ふかし芋
29	火	すいとんじる ちゅうかサラダ	カナッペ	チーズ
30	水	チリコンカン きりぼしのにももの	キャロットケーキ	オレンジ
31	木	さかなのかばやき かきたまじる	ほうれんそうだんご	ウエハース

はしをただしくつかおう

はしを 正しく もって つかえると、食べものを はさんだり 口には こんだり する すがたが ずてきです。

はしの たいし いもちかた。

ただしく もったら ひらいてみよう

はしをつかう れんしゅう

はじめは ティッシュペーパーを はさんでみよう。

はしを 大きく ひらく。 はしで はさむ。 もちあげる。

いろいろな 食べものを はさんでみよう。

ごはん うどん 肉とマト

はしの つかいかた いろいろ

「食べものを はさむ」だけでなく、はしには いろいろな つかいかたが あります。

まぜる (混ぜる) 巻く (巻く) ほぐす くるむ

わかるかな?

この ぶんには 何で 書いてあるのかな?

● まぜる ● 巻く ● ほぐす ● くるむ

「なみだり」(涙) とはいけ ません。

3日、22日はご飯はいりませんが、お箸と水筒は持たせてください。献立は変更になる場合があります。土曜日はお箸と水筒を持たせて下さい。